

令和8年(2026年)度岩手県断酒連合会

断酒会例会案内

お酒で悩んでいる方、断酒例会に参加してみませんか？
『仲間の酒害体験を聴き、そして自分の酒害体験を話す。』

(2026年4月12日現在)

断酒会名	例会日及び会場等
岩手みちのく断酒会(盛岡市) 連絡先 白沢 正義 自宅 : 019-697-7539 携帯 : 090-2881-7097 連絡先 松岡 葉子 自宅 : 019-637-6467	○毎月 第1・2・3・4日曜日 13:00~15:00 会場 : 「仙北地区活動センター」 盛岡市仙北町 ○毎月 第5日曜日 本人会・アメシスト会 13:00~15:00 会場 : 「仙北地区活動センター」 盛岡市仙北町 ○毎月 第5日曜日 家族会 13:00~15:00 会場 : 「桜城老人福祉センター」 盛岡市大通3丁目
連絡先 白沢 正義 携帯 : 090-2881-7097	☆酒害相談:第3木曜日 会場 : 県央保健所(盛岡市)相談室 14:00~15:30
リアス断酒新生会(宮古市) 連絡先 佐々木 実 携帯 : 080-6010-8423 事務局 勝山 栄松 自宅 : 0193-86-2191 携帯 : 090-3128-8265 ekatsuyamanote@yahoo.co.jp	○毎月 第1・4・5日曜日 10:00~11:30 会場 : 「宮古市中央公民館分館」 宮古市保久田 ○毎月 第2日曜日 山口病院交流例会 10:00~11:30 会場 : 「宮古山口病院」 ○毎月 第4木曜日 山口病院 院内例会 13:00~14:30 会場 : 「宮古山口病院」 ○毎月 第3日曜日 みなとホスピタル例会 10:00~11:30 会場 : みなとホスピタル「旧三陸病院」 宮古市根市 ○毎月 第2木曜日 みなとホスピタル家族教室 13:30~15:30 会場 : みなとホスピタル「旧三陸病院」 宮古市根市
リアス断酒新生会(釜石市) 連絡先 久保 輝昭 携帯 : 080-7985-9353 事務局 勝山 栄松 携帯 : 090-3128-8265	○毎月第2・第4日曜日 13:00~15:00 会場 : 「青葉ビル」釜石公民館 活動室 釜石市大町3丁目
盛岡中央断酒会(盛岡市) 連絡先 角掛 久雄 自宅 : 019-638-5689	○毎週 日曜日(第5日曜日含む) 10:00~12:00 会場 : 「ふれあいランド岩手」 盛岡市三本柳
久慈断酒新生会(久慈市) 連絡先 竹中 保夫 携帯 : 090-9033-1598	○毎月 第2・4土曜日 13:00~15:00 会場 : 「久慈市総合福祉センター」 久慈市旭町 ※例会日変更の場合があります。
久慈断酒新生会(二戸市)	○毎月 第2・4火曜日 9:30~11:00 会場 : 「県立一戸病院 外来集団療法室」 一戸町 ☆酒害相談:第4木曜日 10:00~11:30 会場 : 「久慈保健所」

※ 会場・時間等に変更の場合があります。事前に各断酒会にお問い合わせください。

※ 裏面もご覧ください。

◎ あなたや
あなたの家族のお酒、大丈夫ですか？
【アルコール依存症】

アルコール依存症は飲める人ならだれでも可能性のある病気です。

アルコール依存症は、誰でも大量のお酒を一定期間以上飲めばなる可能性があります。飲酒により脳神経細胞にある種の変化が起こり、飲酒量のコントロールが効かなくなる病気と言われています。一度なってしまうと一生涯お酒を上手に飲むことはできません。WHO(世界保健機構)は、薬物の依存度で第2位にアルコールを挙げています。ちなみに第1位は麻薬、第3位は覚せい剤です。

心身を飲み、家族や社会を巻き込む病気

胃、肝臓、すい臓、じん臓…とあらゆる内臓を悪くし、果ては脳細胞までも侵し認知症の段階まで進みます。一方、仕事ではミスが多くなり、能率も低下し、仕事も休みます。職場の仲間の信用もなくなってしまいます。家庭でも、ウソをつく、かくれて飲む、収入の多くを酒代に使う、暴力や暴言が多くなり、酒を飲むことが優先される生活となっていきます。その結果、夫婦喧嘩が絶えない、子供も寄り付かない状態となり、家庭破壊が進んでいきます。

「アルコール依存症」は回復可能な病気

この病気は昔、アルコール中毒『ある中』と言われ、治療不可能な病気とされてきました。しかし『完治』はないものの、酒を断つことによって『回復』する病気となりました。実際に『回復』し、社会の中で立派に生活している人が数多くいます。その人たちのほとんどは、自助グループと呼ばれる『断酒会』に所属しています。「アルコール」の問題でお困りの方は、最寄りの保健センターか『断酒会』にご相談ください。お酒を断つためのみちすじの相談に乗ってくれます。

断酒会の例会とは？

- ◇例会は、『言いつぱなし、聞きっぱなし』体験談を外に持ち出さないのがルールです。
 - ◇酒害相談は、『秘密厳守』です。
- 《連絡先は裏面をご覧ください》

